

妊産婦の日常生活・職場における
不便さに関する調査研究

報告書

1995年10月

E&C.Project
ENJOYMENT&CREATION

[目次]

だれにとっても使いやすい製品・サービスの普及を目指して	1
共用品の条件	2
E & Cプロジェクトとは	3
調査サマリー	4
1. 調査の概要	7
2. 調査対象者の状況	8
3. 調査の結果	10
(1)家の中で感じた不便さ	10
(2)不便さを感じた電気製品、道具など	13
(3)家の外で感じた不便さ	16
(4)職場での不便さ	19
(5)妊娠中の相談や情報の集め方	22
(6)便利だった製品やサービス	28
4. 妊娠を経験しての心の変化	30
5. まとめと今後の課題	37
[資料] 調査票	39

“だれにとっても使いやすい製品・サービスの普及を目指して”

私たちは数多くの「モノ」や「サービス」に取り囲まれて暮らしている。そして、それらのモノやサービスは、どんどん便利になってきている。

しかし、その一方で、「最近の製品はかえって使いづらくなった」「操作方法が複雑で、ぜんぜんわからない」といった意見も、増えてきている。特に、障害を持つ人、高齢者などの間に、そう感じる人が多くいるのである。

例えば、操作ボタンの数がやたらと増え、ひとつひとつのボタンの大きさや表示が小さくなったりリモコンは、視覚障害者や高齢者には使うのがたいへんである。音や声で操作の仕方などを知らせる機能があっても、不適切なものも多い。

便利になったはずのモノやサービスに、かえって「不便さ」を感じてしまう。それは決して、障害者や高齢者だけに限った話ではない。私達の身近にいる「妊産婦」も同じである。

考え方や発想を変えて、「ちょっとした配慮や工夫」を施すことで、本当の意味でもっと便利で使いやすくなる製品・サービスが世の中にはたくさんある。

「テレホンカード」をみると、短い方の辺に、視覚障害者のための小さな「切り込み」が入っている。この「切り込み」を手がかりにすれば、表裏や挿入方向を間違えずに、公衆電話に差し込むことができる。これは、なにも目の不自由な人ばかりでなく、夜間の暗がりの中で、公衆電話をかけるときのことを考えれば実感できる。

「障害を持つ人、けがや病気の人、高齢者、妊産婦、小さな子どもたち、そして健常者—だれにとっても使いやすいように配慮された製品・サービス」。これを「共用品・共用サービス」と呼んでいる。

“共用品の条件”

だれにとっても使いやすい製品やサービスには、やさしい配慮や工夫がある。

例えば、

- ・見てわかるだけでなく、触ってもわかる、聞いてもわかる
- ・できるだけ間違いがないように、操作の手順や機構がわかりやすく作られている
- ・それでも間違えたときには、簡単にやり直せる
- ・特別な道具を用いなくても、いつでも簡単に使える
- ・形や色がわかりやすくデザインが美しい
- ・（スイッチの入・切などの）操作感がはっきりと伝わり、今どんな状態にあるのかを確認しやすい。しかも、不用意に動かない
- ・適度な力で、疲れず、楽に使い、細かい操作や動きがいらぬ

こうした特徴を持つ製品・サービスの中でも、特に次の条件を満たすものを、「共用品・共用サービス」と考えている。

1. 身体的な障害・機能低下のある人にもない人にも、ともに使いやすくなっているもの
2. 特定の人向けに作られた、いわゆる「専用品」でないもの
3. いつでも、どこでも買ったり、使ったりできるもの
4. 他の製品・サービスに比べて、高価すぎないもの
5. ずっと継続して製造・販売、もしくは提供されるもの

以上が「共用品の条件」である。

“E & Cプロジェクトとは”

私たちE&Cプロジェクトは、共用品・共用サービスの開発促進と普及を通して、バリア（障害）のない、だれもが暮らしやすい「バリアフリー社会」を実現することを目的として、1991年に発足した任意団体である。

「E」はENJOYMENT、「C」はCREATIONの頭文字である。日常生活で不便さを感じている人たちと、モノやサービスを作り出す人たちとの橋渡し役となることが、私たちの願いであり役割である。

メンバーは現在、約150名。家電、家庭用品、化粧品、玩具などのメーカーや流通・サービス企業の企画・開発担当者、工業デザイナー、福祉・教育機関や行政・自治体、マスコミ関係者などで、いずれも「個人」の資格で参加している。自身が障害者であるメンバーも多数いる。そして、全員がそれぞれの専門分野の知識と経験を活かして、この活動に積極的に取り組んでいる。

具体的には、共用品に関する情報の収集と提供、共用品づくりの基礎データやヒントとなる各種調査の実施、それらをもとにした独自の試作モデルや規格・基準・ガイドラインなどの提案、シンポジウムの開催や調査報告書、各種出版物の刊行を通じた啓蒙・PR活動などに取り組んでいる。

視覚・聴覚障害者、高齢者、妊産婦についての調査研究に続いて、今後は小さな子ども、肢体不自由者などにもテーマを広げ、新たなガイドラインを提案していく計画である。

“調査サマリー”

日常生活や職場の中において、妊産婦が初めて気づく不便さや不安にはいろいろな要素がある。この調査研究では、その内容を具体的に明らかにすると共に、社会に対して改善提案を行うことを目的としている。

[調査概要] インタビュー調査

アンケート調査（対象：過去6年以内に妊婦経験のある女性）回収数445名（配布530）

●体の変化が不便さをもたらす

不便さを生む原因は、主に妊娠中の身体の変化によるものが大きい。おなかのせりだす妊娠後期には、前かがみの姿勢や身体のバランスをとりづらくなったり、足元が見えにくくなる。逆に前期は外見の変化は少ないが、つわりなどで気分が悪くても他人からは妊産婦と気づかれにくいにつらいことがある。

●場面ごとにみる不便さ

[家の中]

回答者のうち44.0%が浴室について不便さを感じている。「高さのあるバスタブなので、大きなお腹でまたぐのが大変」「浴槽を洗うのがスポンジだったので、底を洗うのが面倒だった」というように、入浴時と清掃時の両面からの不便さが上げられている。生活用品では、掃除機に不便さを感じている人が多く、「ソファやベッドの下などを掃除するとき、前かがみまたは座り込む姿勢は大変」「重いし、掃除機からの臭気が嫌だった。（気分が悪くなった）」「コンセントはほしいが壁の下の方についているものなので、かがむのが苦しい」など多様な意見が聞かれた。

一方、不便さを解消するために宅配や通信販売などのサービスを利用したり、掃除には柄の長いものを使うなど工夫をしている例もある。

[家の外]

回答の割合が多かったのは、駅・電車内・公衆トイレ・バスであり、その内容を見ていくと不便さを超えて、かなり危険な状況も多いことが分かった。特に、駅では「階段しかないところでは、おなかで下が見えないため、踏みはずしてころんでしまいそうだった」「多くの人々が乗り降りする中、急いでいる人に階段でぶつかられたら・・・と思うとドキドキした」「自動改札の扉が怖い。突然閉まるようで、おなかに手をあててゆっくり通るようにしている」といった切実な意見が聞かれた。

[職場]

机といすについて「おなかがつかえてデスクワークがやりにくかったし、電話も遠くなってなかなか取れず苦勞」している例があった。また、階段について、駅と同様に危険を感じ、安全面に配慮が欠けていると指摘していた。

●不便さは一時的なもの？

今回のアンケートで気になったのは、「不便さはない」と回答した人が意外に多かったことである。不便さの原因が主に身体の変化からくることから、その不便さは一時的なものであるとあきらめたり、我慢してしまう面も強いのではないかと思われる。

●不安を抱える妊産婦

妊娠中の問題点は、外的な不便さだけでなく精神的なものもかなり多い。「子供の世話に追われ、自分がなくなってしまいそうで不安」「社会に貢献していないように思われ（出産にて退職したため）、取り残されたような気持ちになった。一日のスケジュールが単調で、同じことの繰り返りでストレスがたまった」といった社会から取り残される不安、妊娠中の身体や病気のこと、さらに経済的なことなど多くの不安材料が上がった。その原因には周囲の人達の理解不足、社会的な制度や施設の不備などが上げられる。また、関連情報はあふれているものの、本当に必要な病院情報などについての的確な情報が少ないといったことも大きな原因と見られる。

●妊産婦が持つ視点を社会に活かす

今回の調査から、「妊娠・出産・育児」という経験を通して、多くの女性たちが自らの心の変化にとまどいや驚きを感じていることがわかった。不安や喜び、身の回りから社会環境にいたるさまざまな発見。人のつながりの大切さの実感。この心の変化がより良い暮らしを生み出す原動力になっていくのかもしれないと感じた。具体的に回答内容をみていくと、妊娠によって社会への関心が高まった人が非常に多いこともよくわかる。

「障害者やお年寄りが住みやすい町作りをしていけば、幼児や妊婦も住みやすい町になると感じた」「子供を持つと人とのつながりの大切さが分かる。ボランティアなどで、自分も世界の子供たちを助けに行きたくなった。みんなが平和であってほしい」「妊娠、出産をして社会の中での弱い立場の人の気持ちが分かった。バスや電車の中でやさしくされると嬉しかった。これからは弱い人に優しくしたいと思いました。」このように、妊娠は貴重な体験であり、この埋もれがちな問題点を取り上げ、社会に活かすことはとても重要なことである。

このような研究を通して、妊産婦の不便さや不安を解消していこうとすれば、妊産婦に限らずいろんな人たちに優しい社会、商品、サービスづくりのヒントが得られるという点を改めて実感した。

今回行ったインタビュー調査の中で、視覚障害を持つ妊婦が路上駐車している自動車を杖でうまく探れず直接おなかがぶつかってしまい流産してしまったという深刻な話も聞かれた。今後は、他の社会的弱者が抱える不便さ、不安との間の共通項を明らかにし具体的な解決策を探しながら、社会に働きかけていきたい。

1. 調査の概要

(1)調査目的

妊婦や小さい子どもを持つ母親は、日常生活、職場において不便を感じる点が数多くある。こうした不便さを調査によって具体的に明らかにするとともにその結果を、具体的な提案として関係団体や企業に働きかけ、事業、製品づくり、サービス設計などに役立ててもらうことで、不便さをできるだけ少なくしたい。

本調査ではインタビュー調査および下記に示すファックスによるアンケート調査を実施した。

なお、本調査研究は財団法人東京女性財団の助成を受けて実施した。

(2)アンケート調査の概要

①調査対象者：過去6年以内に妊娠経験のある女性（全国）

②調査方法：調査会社が持つファックスパネル調査システムを使用した。この調査システムは全国9,000人のファックスを持つ個人をパネルとしてあらかじめ登録している。その中から上記調査対象条件にあう個人を抽出しファックスによって調査を実施した。

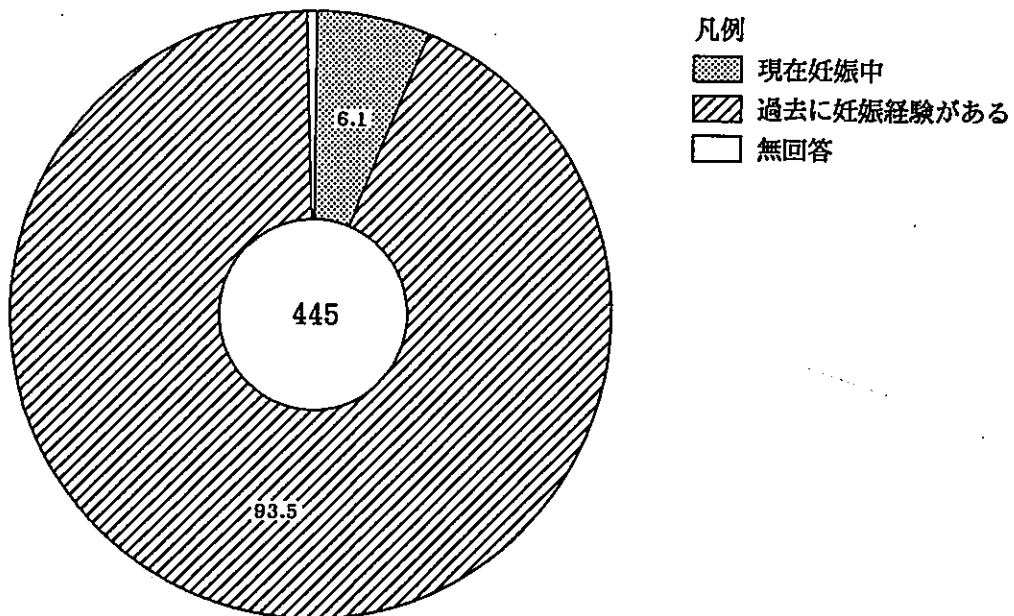
③回収数：445名（530人配布）

④調査時期：1995年2月

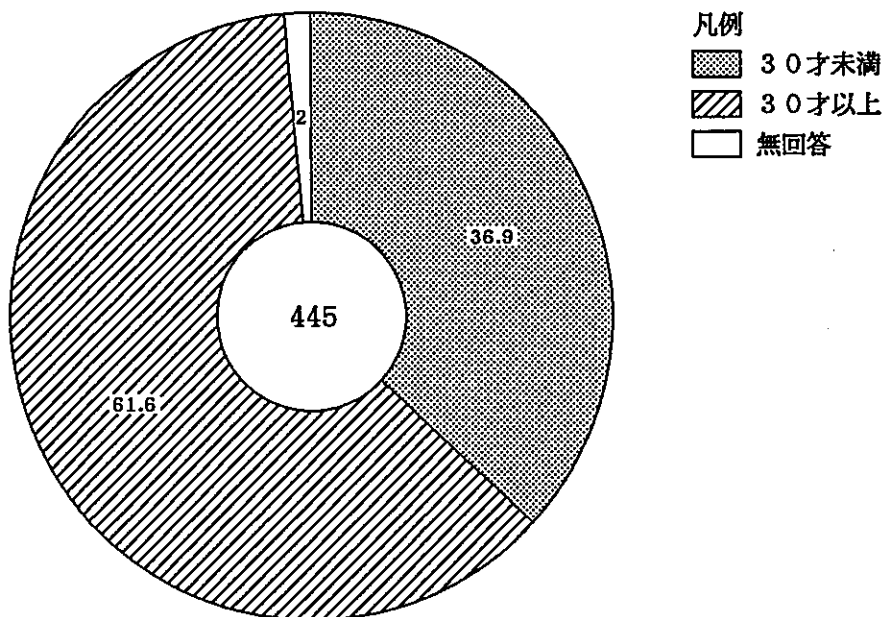
2. 調査対象者の状況

回答者の属性について「妊娠の経験時期」、「年齢（アンケート実施時）」、「妊娠中の住居状況」、「妊娠、出産をきっかけにした転居の有無」別に以下に示す。

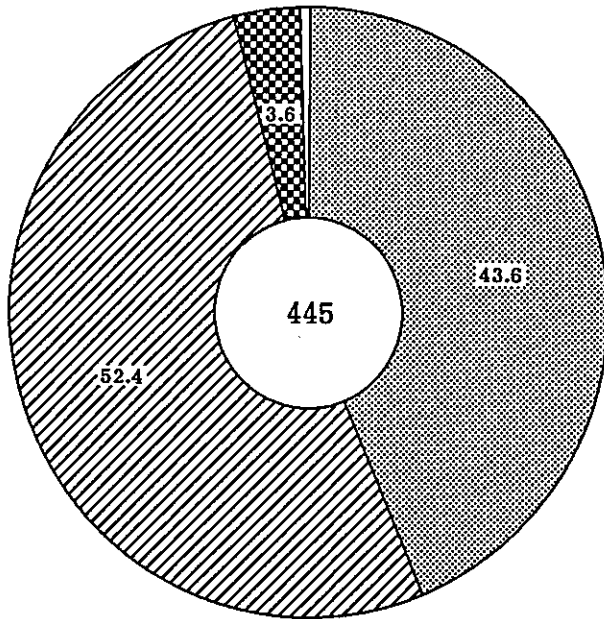
妊娠の経験時期



年齢区分別



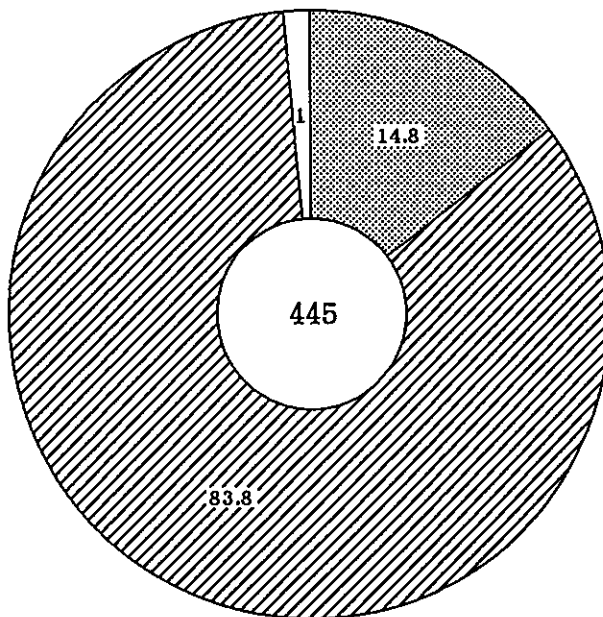
妊娠中のお住まい



凡例

- 一戸建て
- 集合住宅
- その他
- 無回答

妊娠、出産をきっかけにした転居



凡例

- した
- しなかった
- 無回答

3. 調査の結果

(1)家の中で感じた不便さ

妊婦が家の中で不便さを感じた場所は、上位5位までをあげると以下の通りである。

- 1位 浴室
 - 2位 階段
 - 3位 台所
 - 4位 トイレ
 - 5位 物干し
-

家の中での不便さについての質問事項は13の選択肢の中から3つを選び、不便さの内容を具体的に書いて欲しいというものであった。

その結果、浴室はじつに44%と高い割合になっている。2、3位の階段、台所はそれぞれ29%、26.1%とあまり差は出ていない。

4位、5位はトイレと物干しでともに24%台であった。

家の中での不便さ項目は、「使用中の不便さ」「掃除」という2つの面から考えられる。

以下に5位までの項目について、考察を述べまとめてみたい。

①浴室

全体として、狭いスペースということが不便さを生む大きな要因となっているといえよう。それに加えて、浴槽の設置方法、シャワーの位置の問題などがあがっている。

「浴槽が高く、出入りが大変」という声が多く、「埋め込み式が良い」とする回答があり、改善の余地があろう。最近では高齢者に便利ということで、浴室に手すりをつける、腰掛けてから浴槽に移動できるつくりなどが普及しつつあるが、これなどは妊婦にとっても入浴が楽になると思われる。また、子どもが既にいる場合、一緒に入ると身動きができない、もう少し広い浴室、浴槽をとという意見もあり、これは次に述べる掃除の大変さの解消にもつながってこよう。

「狭いため掃除が大変」、「浴槽が深いため、底を洗うのが苦しい」という意見がかなり多い。妊婦の生の声が各業界に届くシステムを作っていくことが必要だと感じた。

具体的には、お腹が大きくなるにしたがって、「身体のすみずみまで洗うのが大変」、「髪を洗うとき疲れる」などの声もあった。

②階段

お腹が大きくなるにしたがって、「足元が見えにくくなる」ため、上がるのは苦しく、辛い、下りるときは踏み外しそうで怖いとする回答が多かった。これなどは、家づくりの段階で、手すりをつける、階段の幅を広くとるなどで問題点もずいぶん解決されるだろう。

掃除については「大変」という回答がでてきていない。これは危険が予想されるため、最初から本人がしなかったと考える方が妥当だろう。

③台所

身体的には「立っていることがつらい」、「足が冷える」、「腰が痛くなる」などの回答が多かった。台所は食事の度に使用する場所なので、座って作業ができるような作りにする、シンクの高さを考慮する、などの視点が必要。「椅子をそばに置いて、時々座った」など工夫していた人もいた。

④トイレ

狭い作りが多いと思われるため高い回答率になると予想していたが、第4位となった。これは洋式トイレや水洗トイレが普及し、使用時動作が比較的楽なこと、掃除も和式に比べて格段に楽なことなどに起因していると思われる。ちなみに和式トイレの場合は使用時大変、掃除も水の問題、洗う姿勢の大変さで不便さとして出てきている。

妊婦にとっては「しゃがむ、立ち上がる」という動作がいかに大変であるかということをお話している。

⑤物干し

ここで一番の問題として出てきていたのは、竿が高い位置にあり、背伸びが大変、苦しいという声だった。そのため、竿の高さを手元で調節できるものがあると便利、という声は貴重な意見だと思う。また、布団を干すことが大変だという回答もあった。

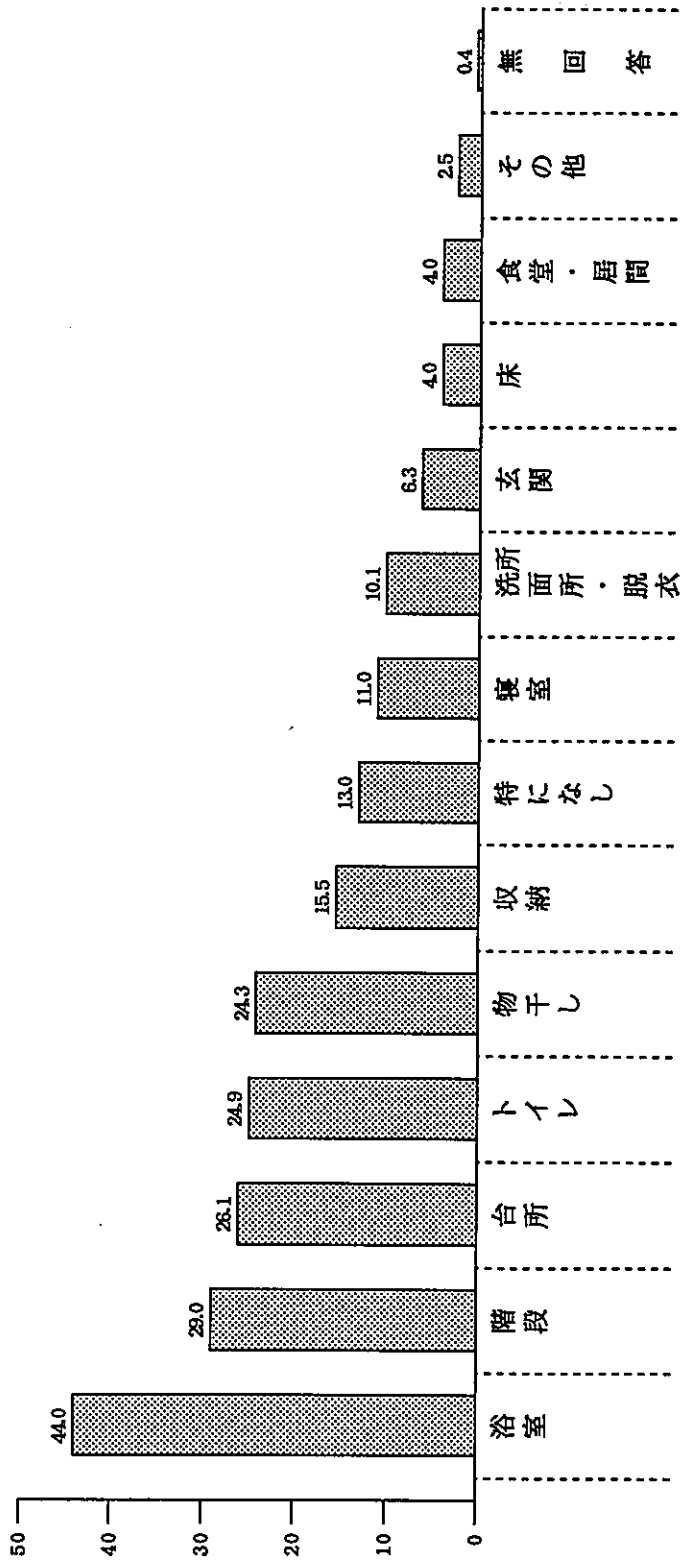
⑥全体を通じて

「特になし」の回答が13%で7位に入っている。これは本人に身体的変化があったにも関わらず、特に不便さを感じなかったということである。家人の全面的な協力があったからなのか、「ある期間だけ」という認識のもと、出産がすめばまた元通りの生活に戻れるというふう考えたからなのか、少々気になる。

たとえある期間であっても、不便さを感じ、そのため何らかの工夫をしなければならず、改善すべき点を感じたのならば、それを次につなげるために（より住みやすい世の中とするため）妊婦という立場からの声があったと思う。

家の中で不便さを感じた場所

件数 = 445



(2)不便さを感じた電気製品、道具など

7割近くの妊婦が電気製品、道具などに何らかの不便を感じており、特に解消しないまま我慢を強いられた経験がある。特に無理な体勢を取る必要のある製品、道具に対して不便を感じている。

この質問に対するほとんどの回答は、次にまとめた4つの不便さのいずれかに該当する。

- ①しゃがむ（コンセントなど）、かがむ（洗濯機、掃除機など）、伸び上がる（換気扇など）など無理な体勢を強いることの不便さ
- ②洗濯機、電話など、据え付けてある位置が固定されていることで移動を強いられることの不便さ
- ③掃除機、調理用品など、持ち運ぶ必要があるものが重く感じることの不便さ
- ④電気炊飯器のにおい、エアコンの空調など、体調の変化による感覚の変化から起こる不便さ

このうち、①は主にお腹が大きくなることによって起こる物理的な不便さ、④は妊娠時の体調変化による生理的不便さ、②、③は物理的、生理的両方に該当する不便さということがいえる。

生理的な不便さは体調によるもののため決定的に解消する事は難しいが、物理的な不便さは夫の協力などによって比較的軽減しやすいと考えたくなる。しかし、物理的な不便さは、毎日の家事に関わる作業において継続的に生じる不便さであり、しかも夫が常にサポートすることは事実上できていないため、やはり早急に解決すべき重要な問題である。特に①の「無理な体勢」による不便さが深刻であるようだ。

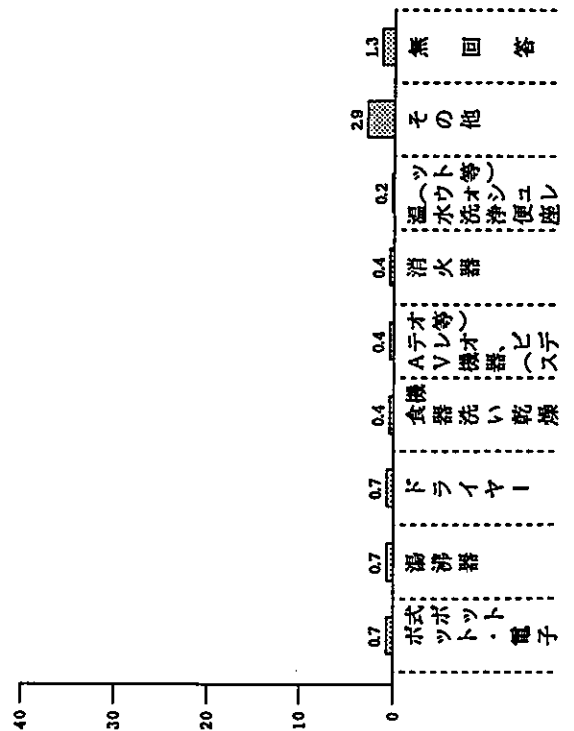
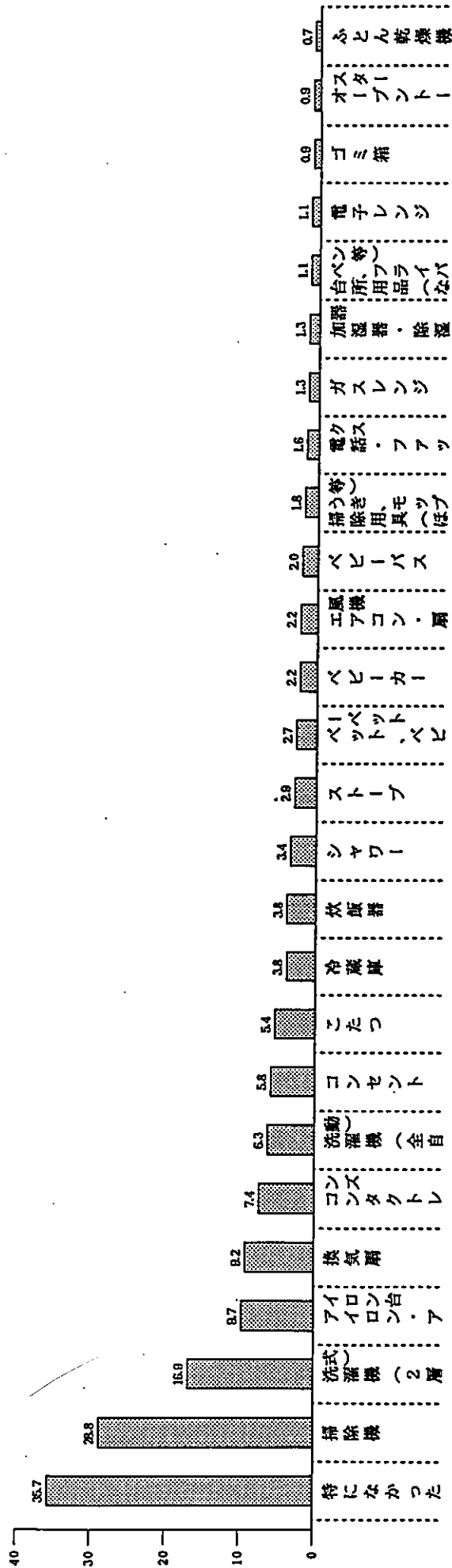
これらを商品別に見ていくと掃除機（「中腰の体勢が辛い」「コンセントに入れる際しゃがむのが辛い」「持ち運ぶ際意外に重い」など①③に該当）、2槽式洗濯機（「洗濯槽が深くお腹がつかえる」「据え付けてある場所への移動が辛い」など①②に該当）というように、日常生活において使用頻度の高い製品が上位を占める傾向にある。

いずれにしても、「妊娠して初めて不便を感じた」といったものが多く、世の中の便利な製品がいかに健常者のみを対象にしたものが多いかが伺える。「特に不便がなかった」という回答が35%もあるのは産後に不便さが解消されて意識が薄れたためという解釈もできる。最近では取り回しの軽い掃除機、直接体に風が当たらないエアコンなど、作り手側の工夫が現れてきているので、更なる改善を期待したい。

最後に、上記①～④以外で、情報不足によって生じたと思われる不便さもあったことをつけ加えておく。「出産が近い妊婦にとって、コンタクトレンズをしていてもよいのか」という不安をもっている妊婦がいた。これはまず妊産婦本人、及び夫をはじめとするまわりの人間が正しい情報を得ようと心がけることによって解消できることと考えられる。産婦人科医が土壇場まで指導しないなどのケースもあるのだろうが、妊産婦にとって必要な正しい情報を十分に伝えるシステムの重要性も問われるのではないだろうか。

妊娠中に不便に感じた電気製品等

件数=445



(3)家の外で感じた不便さ

妊婦が家の外で不便さを感じた場所としてあげた第4位までの項目は以下の通りである。

1. 駅
 2. 電車内
 3. 公衆トイレ
 4. バス
-

妊婦は、お腹が大きくなってくると姿勢にも変化があらわれ、身体のバランスが取りにくくなっていく。バランスをくずすことによって転倒したり、モノや人にお腹をぶつける危険性があるため、人が多い場所や乗り物などによる揺れなどは妊婦にとって大きな不安材料である。このようなことが、今回の調査の結果にも強く反映している。

以下に妊婦が家の外で不便さを感じた場所としてあげた第4位までの項目を中心に、考察を述べる。

①駅

必ずといっていいほど階段を通らなくてはならない駅は、階段の上り下りがつらい妊婦にとって、大変不便な場所である。長い階段には上り下りを問わずエスカレーターがあると良い。

しかし、エスカレーターに関する不便さも見られる。「エスカレーターの乗り口はスピードを遅くし、妊婦も安心して乗れる乗り口をつくって欲しい」という意見もあった。

また、ラッシュ時の人込みは、妊婦にとって非常に危険である。特に階段で押される不安と恐ろしさや、おなかに人や荷物が当たる危険性を常に抱えている。妊婦に気遣える余裕もないほどのラッシュそれ自体を変えていく必要があるのかもしれない。

最近、増えてきた自動改札についても「急に閉まるのでおなかに当たるのではないか」という不安を感じるという回答も見られた。

②電車内

ラッシュ時の人込みという点で駅との関係が深いですが、それに加えて走行中の揺れへの不安が含まれている。電車にはシルバーシートがあるが、これはお年よりや身体の不自由な人専用というイメージが強く、身体の不自由な人に妊婦が含まれているかどうかは、社会ではあまり意識されていないようである。実際、回答の中には、電車内で座れなかった時シルバーシートがうらやましかったという内容も多くあった。

③公衆トイレ

これは、公衆トイレの多くが和式であるためと思われる。妊婦はしゃがみ込む姿勢がつかなくなるため、洋式のトイレでないと使いにくい。

しかし、ただ単に洋式のトイレを設置すれば解決するというわけではない。不特定多数の人が使う公衆トイレでは、一般的に女性は直接他人と接触することのない和式トイレを好む傾向が強い。したがって、洋式のトイレを設置する時には、衛生面における継続的な配慮が必要であろう。

④バス

バスは多くの人が同時に利用する乗り物という点で電車と同じであるが、あえて違いをあげると、電車に比べて信号や交通状態などによる急ブレーキやスタート時の揺れの激しさが起きることである。席に座っていればまだ良いものの、立っている妊婦にとっては常に危険ととなり合わせになる。

電車でも同じであるが、妊婦にすすんで席を譲れる社会づくりが大切である。

また、乗降口のステップが高く、上り下りするときに危ない感じがするという回答も多かった。

⑤その他

・病院

不便さの内容として、多くの人が待ち時間の長さをあげている。また、妊婦の検診に欠かさず尿検査があるにもかかわらず、和式トイレしかない病院も多いようである。定期検診など何度も通う場所として病院が不便であるというのは困りものであり、ぜひ改善していくべきである。

病院においては、不便さと同程度に不安も多かった。特に病原菌の感染には多くの不安をもっており、そのため、風邪などの患者が大勢いる内科と産婦人科の待合室が一緒である場合の不満も多数あげられていた。

・スーパー

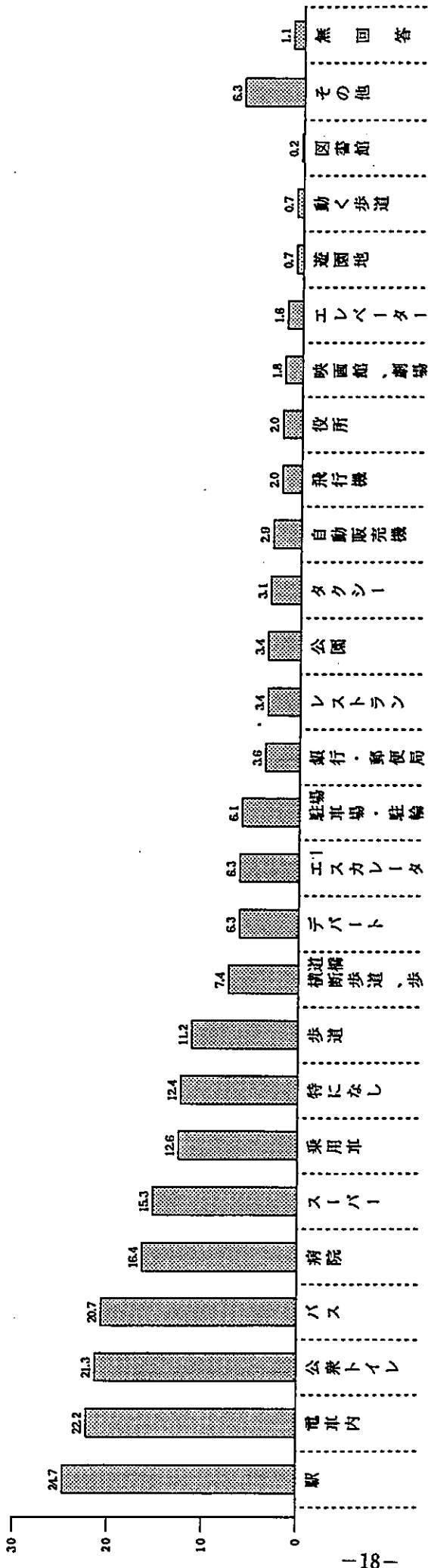
冷房がききすぎていて身体が冷えるという回答がいくつか見られた。生鮮食品や冷凍食品を扱う店にとって必需品ではあるが、陳列棚にカバーをつけることによって改良できるのではないかと。

また、重い荷物をもたなくてすむショッピングカートは妊婦にとって欠かせないが、子どもづれの妊婦がショッピングカートに子どもをのせる場合、のせる台が高いという点も不便である。その一方で、ショッピングカートが他の妊婦のおなかに当たってしまって危険な感じがするとの回答もあった。

妊婦はにおいに対して非常に敏感になる。家の外にはさまざまな人やモノが存在し、多種多様なお臭がする。今回不便な場所として上位にあがった4つの場所も、あまりいいにおいのするところとはいえない。例えばゴミをあちこちに捨てないとか、大衆の中での食べ歩きは慎むといったちょっとした配慮が、妊婦も含めた社会全体にとって気持ちのよい環境をつくっていくといえると思う。

家の外で不便や危機を感じた場所

件数=445



(4)職場での不便さ

職場：母体の変化に伴う空間の狭さや姿勢に関する不便さが目立つ。特に階段に対しては「危険」を感じ、安全面の配慮にかけていると指摘している。また、OA化が進む職場での電磁波の胎児への影響に不安を感じている。

通勤：通勤手段によって不便さが異なっている。特に、公共交通機関利用の場合、ラッシュ時に妊産婦ということを感じてもらえないことから「押される」「座れない」などを、また駅や車両の設計上の問題から不便さを感じている。

445件の回答のうち職場での不便さに関する回答は176件で、40%近い人が妊娠中も仕事を続けている。また、2つのプリ調査（リビング生活研究所との共同調査（この調査に先駆けて実施した調査）及び、訪問インタビュー調査）からは、特に身体に支障がないかぎり、仕事を続けている人が多い。女性の社会進出の増加と出産退職後の社会復帰がまだまだ難しい現状（出産後の不安）からみると、産前産後を通して働き続ける女性や高齢出産の女性は今後増加するであろうと考えられる。

なお、質問は職場での勤務中の不便さと通勤中の不便さに分けて行った。

①職場での勤務中の不便さ

- ・ 上位3位までを見ると1位：机やイス（34.1%）、2位：トイレ、3位：階段となっている。
- ・ 1位：机やイスを不便と感じる人の回答を見ると、「長時間座っているのが苦痛で、椅子を何回も調節した。」「お腹がつかえて腰痛に困った」などが圧倒的である。なんらかの方法で姿勢調節したり、工夫して乗り切った例もあるが、多くの方は大きなお腹を気にしながら腰痛などに悩まされつつ仕事をしている。一般に日本のオフィスは狭いと言われているが、お腹が大きくなった妊産婦にとっては狭いオフィスがますます狭くなっていると言える。また、人間工学を考慮した椅子などが開発されてはいるが、一般の人にとって座り心知のよい椅子を必ずしも妊産婦が使用できるとは限らない。
- ・ 2位：トイレに関しては、和式トイレに対する苦情が大半で次いで狭さに関するものが続く。和式トイレは、大きなお腹でしゃがむ時お腹の圧迫を避ける必要があり、背中を反らした状態になるため、不安定になるためと考えられる。
- ・ 3位：階段については「狭くて急なため危険だった。」「落ちそうで怖い（お腹で下が見えないので）。」「手すりがなく転ばないか不安だった」などとなり、不便さを乗り越え、指摘は「危険」にまで達している。

- ・ 5位：更衣室・ロッカーや6位：キャビネット、8位：給湯室についてもはり出したお腹による狭さに起因するものが多い。
- ・ ただ、4位：パソコン・ワープロ、7位：コピーに関しては母体ではなく「電磁波の胎児への影響」を心配している。
- ・ その他：喫煙、空調、休憩室がない、マタニティーの制服がない、仕事の内容そのものがきついなどがあった。

②通勤中の不便さ

- ・ 公共交通機関利用者

もっとも多いのが満員電車（バス）、ラッシュ時の混雑などである。「満員電車だったので1度も座ることができず辛かった。結構押されて怖かった」、「みんな妊婦だということに気づかずどんどん体当たりして押し込んでくる。お腹が危険」などの回答が目立つ。「お腹が目立つと電車でもよく席は代わってもらえたが、目立たないつわりの時期の方が辛かった。」妊娠前期の通勤苦をあげる回答も多い。

駅では「階段：お腹が大きくなると足元が見えず怖かった。」と、特に「下りの階段での恐怖」をあげている。エスカレーターなどは小さな駅では設置されていないことが多く、また下りに関する配慮は手すり以外にないのが現状。これは妊産婦だけの問題ではなく、高齢者、障害者などの弱者に共通のバリアと考えられる。

そのほか、妊娠中は動きが鈍くなるので滑りやすい床、トイレ、路面電車のステップ、乗り物の揺れや急停車などがあげられた。また、本調査（全国）ではなかったが、プレ調査（首都圏）では「駅の自動改札の扉」などもあり、駅の効率化が妊産婦や他の弱者の不便さになっている。

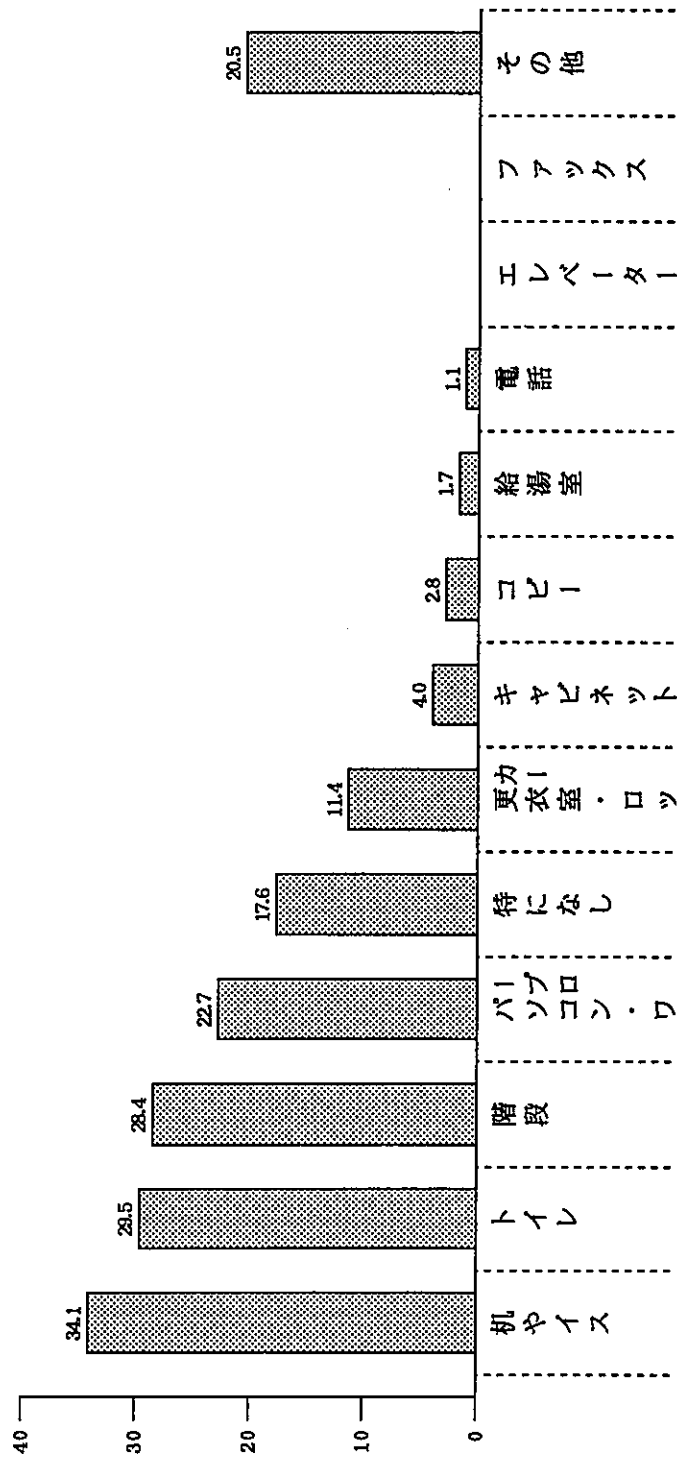
- ・ 自家用車通勤

駅や車両でのラッシュを避けるため、自家用車での通勤も多い。しかし、「シートベルトがきつい」「お腹とハンドルの間が狭い」「急ブレーキ」「渋滞」など、お腹が大きくなることでおこる不便さと安全運転を心掛けることからのストレスを抱えている。

- ・ その他、自転車通勤では「歩くよりも楽なため、自転車を使った。」（インタビュー調査）。しかし、道路のでこぼこや飛び出しなど危険は付きまとう。歩行中では「短い歩行者信号」、「歩道の自転車」などに対する不便さがあがった。

職場で不便だった場所と用品

件数 = 176



(5)妊娠中の相談や情報の集め方

-
- ・妊娠中は妊娠・出産に関する専門雑誌が最も頼りになる
 - ・また、医師や看護婦、友人や知人から情報を得る場合も多い
 - ・収集している情報は母体や子どもの体のことが最も多く、一方欲しくても得られなかった情報としては病院情報が最も多くあげられた
-

妊娠中には様々な情報が必要となり、相談しなければならないことが増える。調査では具体的な情報源とそこからどんな情報を得たかを質問した。

①妊娠中に得た情報と情報源

妊娠に関して情報を得ようとする「妊娠・出産に関する専門雑誌」が最も頼りになるようだ。回答者全体の87.9%の人がこれをあげている。続いて、ほぼ同割合で「友人・知人」(65.8%)、「育児書」(63.4%)、「医師・看護婦」(57.5%)、「親・姉妹」(57.5%)、「母親学級」(56.2%)となっている。

一方、「自治体・保健所の窓口」(11.9%)、「自治体発行の広報誌」(4.9%)が低く身近にあるはずの公共機関として問題を感じる。

妊娠中は「妊娠・出産に関する専門雑誌」とともに、「友人・知人」、「医師・看護婦」といった“人ベース”の双方向コミュニケーションを合わせて情報収集に活用していることが分かる。

情報内容は「母体や子どもの体のこと」(78.5%)、「妊娠中の生活について」(70.1%)が高い割合である。「妊娠中の生活について」は妊娠時の運動、どのように身体に気をつけたら良いのか、また歯医者にはかかれるのかなどかなり幅広い内容となっている。

②困っていることなどの相談

「医師・看護婦」(76.6%)、「親・姉妹」(64.5%)、「友人・知人」(57.3%)が上位にあげられている。

次いで「夫」(43.4%)が続いている。

相談した内容については「母体や子どもの体のこと」(65.8%)が最も高い。これについては上記の収集した情報でも多くの人があげしており、妊娠中で最も感心の高いものと思われる。

③欲しかったが得られなかった情報

出産費用や病院ごとの出産方法の違い、入院の仕方やタイミングなど病院や入院に関する情報不足を多くの人があげている。かぜにかかった場合など病気のことも多い。

また、運動不足の解消のために妊婦がどの程度まで運動できるのか、どこで運動できるのかなどの情報を欲しがっている。その他、マタニティ商品なども欲しい情報として複数の人があげている。

④全体を通じて

全体を通じて、母体や子どもの体に関する情報についてその内容は非常に多様であり、調査回答者自身も指摘しているように、妊娠ということでは敏感になるあまりそれほど重大でなくても心配する場合も多々あるようだ。しかも、どちらかというところでは情報は溢れているとの指摘もある。

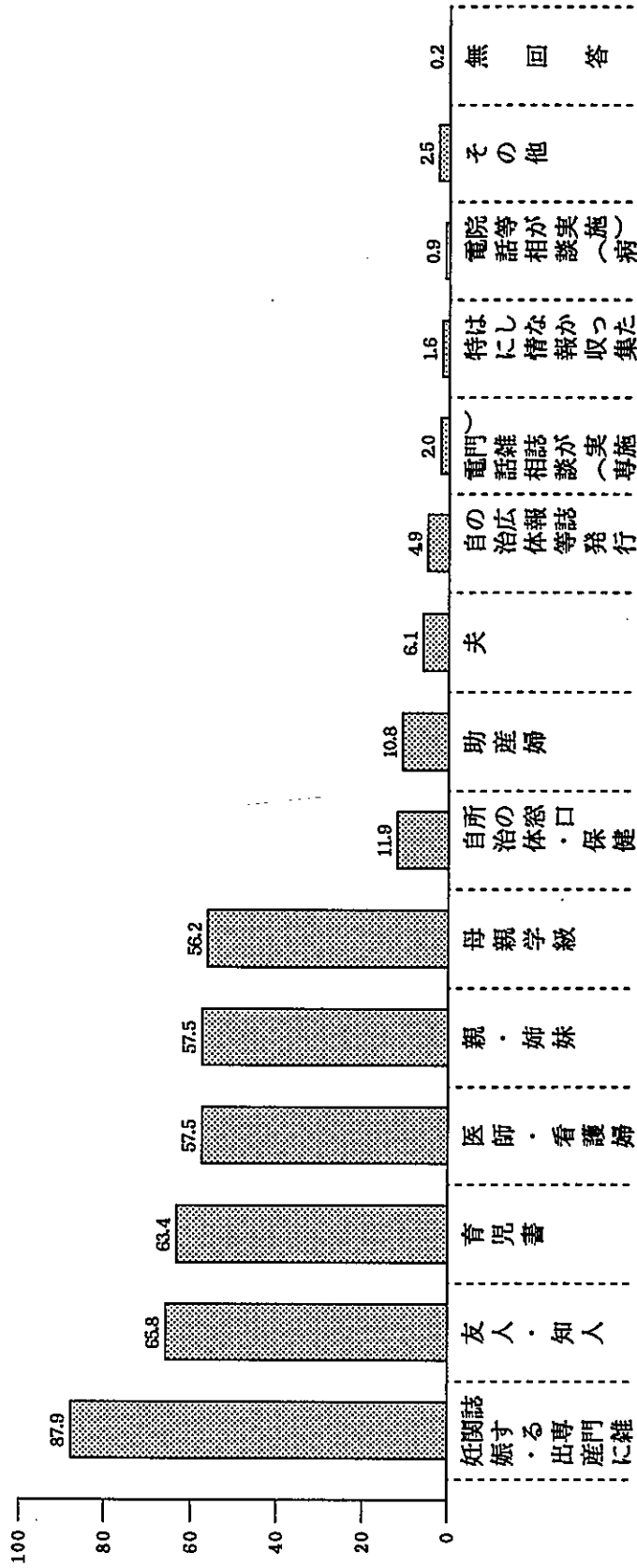
一方で、例えば出産の仕方の違いなど病院の特徴を伝える情報などについては基礎的な内容でありながら、不足している。

母体のことなど同じような内容の情報は溢れているが本当に欲しい情報が提供されていないことが分かった。これは情報を市販雑誌、医師・看護婦、友人・知人など多様な情報源から得ているが、統一的に情報収集をしたり相談したりする窓口がないことも原因のようだ。

また、今回のインタビューで視覚障害をもつ妊娠経験者にインタビューを行い、重要な指摘を受けた。妊娠・出産の啓蒙ビデオや母親学級での指導などで「ああして」や「こうして」など指示代名詞が多く、目の不自由な人にとって、実際の状況がイメージできず分かりにくい説明がけっこう多いという指摘である。こうした点もちょっとした配慮や工夫で妊産婦に情報が的確に伝わり、少しでも不安を解消できるようになるのではないかとと思われる。

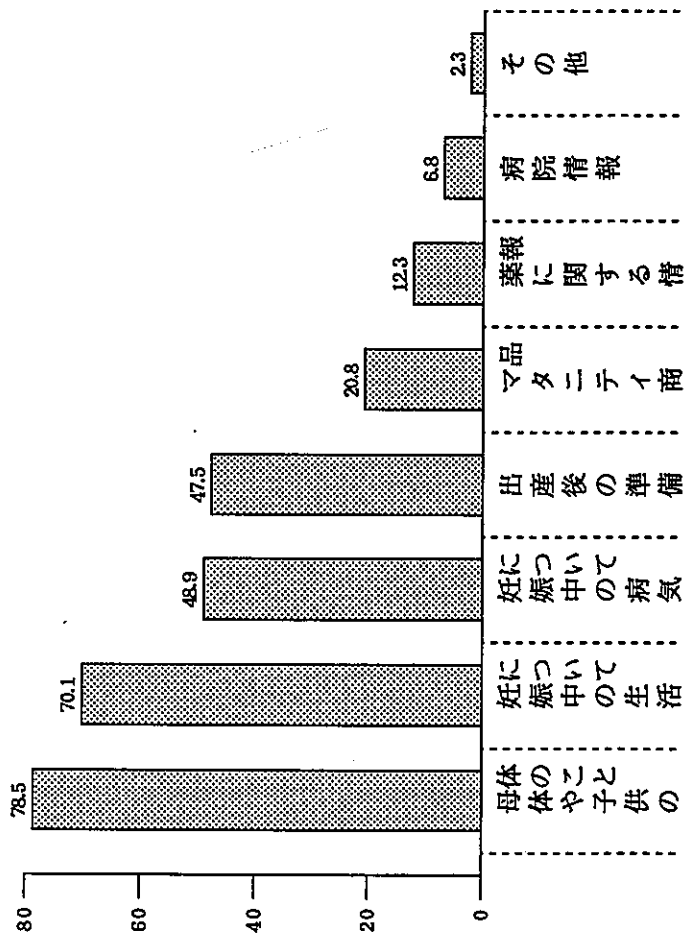
妊娠に関する情報の収集元

件数 = 445



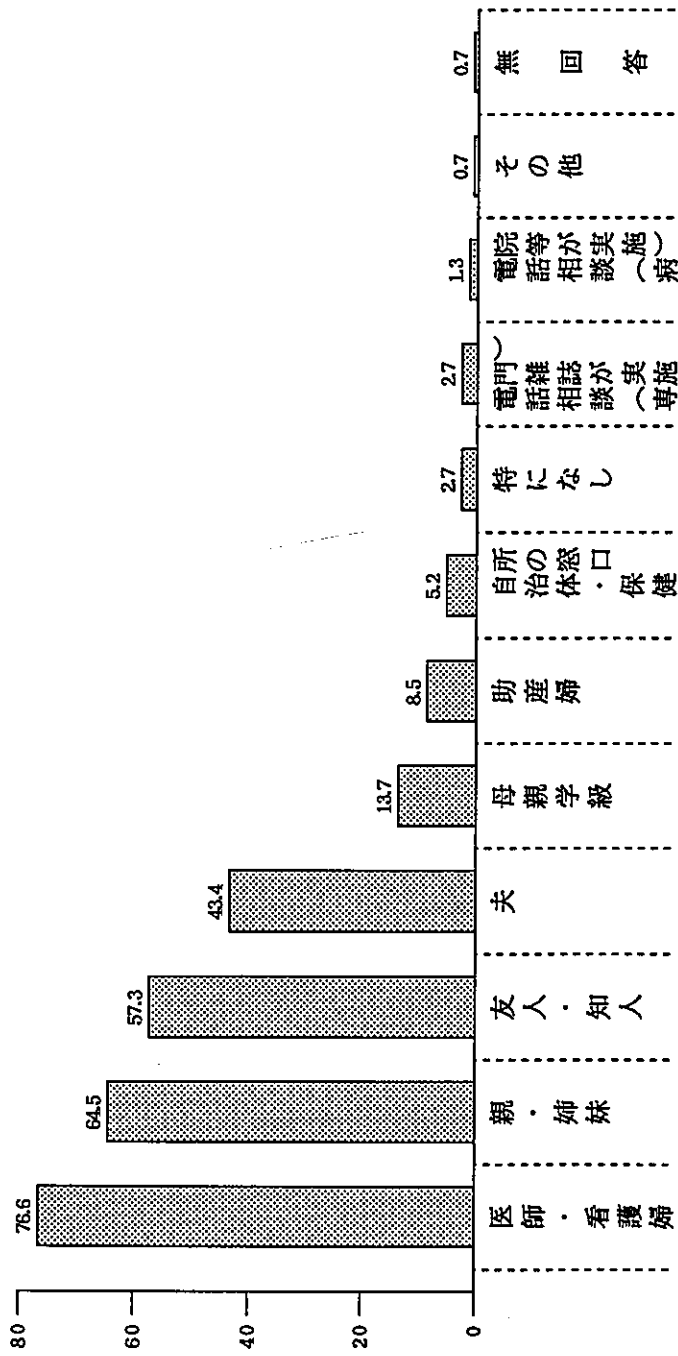
主に得た内容

件数 = 438



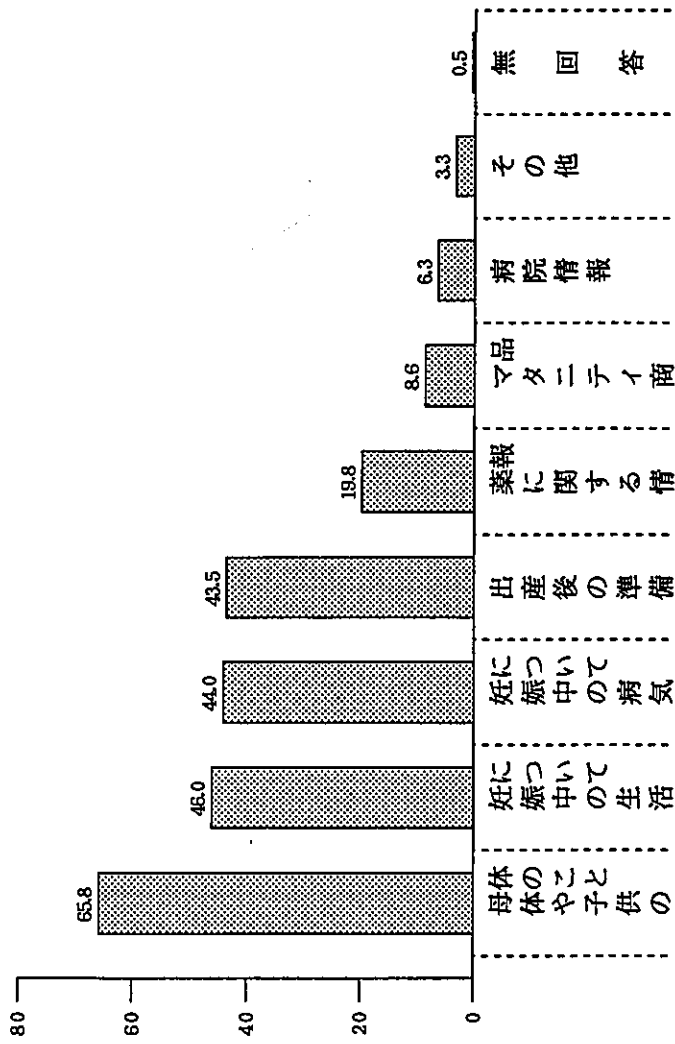
困っていること等の相談先

件数=445



主な相談内容

件数 = 430



(6)便利だった製品やサービス

妊産婦は、当然のことながら、妊娠・出産に関する正確で適切な情報を必要としている。そして、妊娠中の生活では便利な製品や一般品をひと工夫したり、通販・宅配サービスなどをうまく活用している。

妊産婦にとって、最も重要で必要とされている情報は「母体や子どもの体のこと」、続いて「妊娠中の生活・出産のこと」である。こうした情報は、マタニティー情報誌や地域で催される母親学級、デパートのベビー用品売りの友の会やサークル・マタニティー相談会など様々な媒体を通して得ているようである。具体的な声としては、「妊娠・出産の情報雑誌は、まったく知識がなく教えてくれる母もいない私にとって、とても大事なものでした。毎月欠かさず買って読みました。」というもの、「マタニティースイミングに通って、妊婦仲間ができて嬉しかった。」「母体のことで心配なことが出てくると、すぐに図書館へ行って専門誌を読み、気分的に楽になったことがしばしばあった。」などがあり、核家族化の定着した今日のライフスタイルの中で、不安を抱える妊産婦にとって、妊娠・出産に関する正確で適切な情報を得ること及びそれらの情報交換は、具体的に快適な妊娠中の生活を過ごす上でも、精神面の安定のためにも、より切実で重要なものであると思われる。

妊娠中の生活で、特に便利だったとの声が多かったものは、マタニティー用品などの通信販売や、食材・雑貨の宅配サービスであった。妊娠を機に生協の共同購入に加入した人も多かったようである。特に妊娠後期の買い物に行くことも大変な妊産婦にとって、食品や日用品（特に重いもの）を自宅まで届けてもらえる宅配サービスは、とても便利で助かったというのが実感のようである。また、最近は野菜の宅配や夕食用メニュー付き食材セットの宅配、“低カロリーセット”を選べるものなどその種類も多彩で充実しており、妊産婦にとっては必需品ともいえそうである。

その他の便利品としては、つわりの時期のレトルト食品の活用、手間の省ける全自動洗濯機、歩きやすいスニーカー、買い物運搬のショッピングカート、布団乾燥機、空気清浄機、ベビー用品のレンタルなどがあげられる。時代の変化といえるのか、さらしの腹帯より脱着が簡単でずれない“マタニティーガードル（はらまきタイプ）”の方が便利という意見が多数であった。

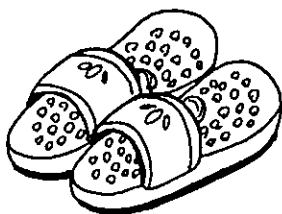
トイレについては、和式より洋式の方が断然体に楽で、ウォシュレット付きだとお良いの声が多く、実際妊娠を機に和式を洗浄機能付便座に代えたという人や、和式に据え置きタイプの洋式便座を取り付けたという人もいた。

車を運転する人には、シートベルトストッパー（ベルト調整止め具）。腰痛やむくみには青竹や健康サンダル。運動不足という面では、マタニティスイミング、自宅でビデオによるマタニティピクスやマタニティヨガなどが効果的であるということである。

ひと工夫としては、妊婦にはつらい浴槽洗いや洗濯物干しの際、浴槽洗いのスポンジを柄の長いものに替えたり、S字型のフックを利用して物干しの位置を低くしたりということがあげられた。このようなちょっとした工夫によっても随分楽になるようである。

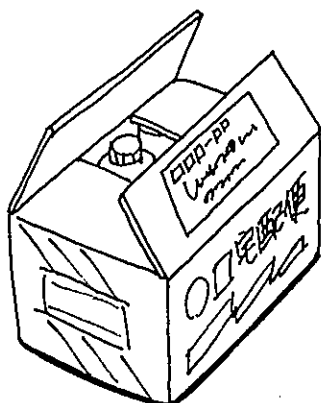
マタニティウェアについては、“センスの良いものが少なく、デザインの趣味が合わない。その割りにとても値段が高くて困った”という意見が多く寄せられた。その対応策としては、出産後も着れるような服を選んでベルトやボタンをはずしたりして着た、メンズのLLサイズの服を着た、などの工夫があげられた。妊産婦にとってもファッションは重要なことであり、残念ながら現状ではあまり満足する状況にないようである。

今回の調査で集められた妊産婦への便利な商品やサービス、ちょっとした工夫などの貴重な情報を、それを求めている多くの人々へ伝えられるような何らかのネットワーク作りが必要と思われる。



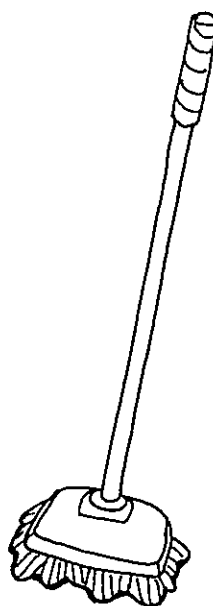
【健康サンダル】

最初はくすぐったいが、慣れると快感。安定性も良い。



【通販・宅配サービス】

最近は商品も充実。楽しく便利で、妊産婦にとっては必需品。



【長い柄のモップなど】

妊産婦には中腰がつらい。短い柄をつないで、自分で工夫も。

4. 妊娠を経験しての心の変化

妊娠・出産、そして育児という経験を通して、女性たちの多くが自らの心の変化にとまどいや驚きを感じている。不安や喜び、身の回りから社会環境に至るさまざまな発見。人とのつながりの大切さの実感。この心の変化がより良い暮らしを生み出す原動力となっていくのかもしれない。

調査のしめくりとして質問したのは、(1)出産後のライフスタイルの変化に伴う不安と(2)妊娠という経験を通しての社会に対する気持ちの変化の二点についてである。これまでの質問の中では、目に見えやすい物理的不便さを中心に潜在ニーズをとらえることを目的としてきたが、ここでは妊産婦および子育て中の母親の心情をとらえることにより、社会的弱者との共生社会の実現や少子化問題解決へのキーワードを探してみたいというのが目的であった。

自由記述での回答にもかかわらず、調査対象者のほとんどが何らかの意見を寄せてくれた。ここに紹介するのは、その中のほんの一部にしかすぎない。

(1)不安や不満の声／提案や訴え

初めての妊娠では、誰しものが不安やとまどいを感じるものであるが、今回の調査でそれらの悩みが思いのほか深刻であることがわかった。その背景には、明らかに核家族化や社会的な子育て支援の不備といった問題が見え隠れしている。少子化は女性たちの意識の変化だけの問題ではない。ライフスタイルが確実に変化した今、より生活に即した社会的対応を考えていくべきではないだろうか。

【子どもを育てる不安や責任／身体や心の心配】

- ・自分の時間などないし、買い物へ行くだけでも大変だったので、体が心配だった。精神面で滅入らないらないよう常に心がけていたように思う。
- ・子どもをちゃんと育てられるか？育児ノイローゼになったりしないか。
- ・仕事と育児と家庭と……。本当にできるのか不安だった。
- ・まず、睡眠時間の不規則、何もわからないものを育てていく不安、全責任が自分にかかってくるという不安。家事と育児の両立の不安。他の兄弟たちとの接し方との不安。夫や両親たちとの意見の違いの不安。
- ・育児疲れで、体力に自信がなくなり、自分が倒れたらどうしようという不安。

- ・不安を感じた。周囲はすべて「生んでしまえば何とかなる」としか言わないが、具体的に生活がどうなるのか、子どもにどう接していけばよいのか、長期的なことをもっと考える手がかりが欲しかった。
- ・夜泣きなどで睡眠不足に。未熟児だったので、育児に自信が持てなかった。自分の時間が持てなくてストレスに。

【社会的な孤立感】

- ・育児にかかりきりで、睡眠時間もほとんど取れない。友人たちとつき合うも、社会情勢からも隔離された世界にあるような不安。
- ・社会から取り残されるような気持ちになったり、自分自身を見失ってしまいそうな不安な気持ちになった。自分の時間を持てないためだと思う。
- ・子どもの世話を追われ、自分がなくなってしまいそうで不安。
- ・核家族なので自分ひとりで（特に日中）育児、家事の両立ができるのだろうか、と感じていた。
- ・子どもにかかりきりなので、他人と会う時間もなく、まわりの人をうらやましく思う時もある。一日、時間が30時間位欲しいと思う時がある。
- ・24時間年中無休という感じの育児で、主人と全然時間が合わなくなった。出勤の時にどうしても起きれなかったり、世間とも活動時間がずれていた時があった。
- ・外の様子はTVで見るワイドショーやニュースくらいのことしかわからず、空白の時間ができてしまったようで本当に不安だった。
- ・一日中誰とも会話がなく言語障害になりそうなくらい言葉が出てこなかったり、どもったりしたこと。
- ・核家族なので子どもの面倒を主にみるのは母親です。24時間休みなしの大変さをもう少しバックアップしてもらえそうな施設などがもう少し充実してほしいです。
- ・子ども中心の中で、自分自身が生かされるか不安でした。

【経済的不安／仕事への復帰】

- ・やはり金銭面での不安がいつも感じてます。とにかく次から次へと必要な物や事が出てきているのも本当に不安です。
- ・子どもは欲しいけれど、将来の教育費や福祉方面の援助を考えると、「育てられない」とあきらめられないといけない気になる。出生率低下は気になるが…。
- ・仕事への復帰が一番不安でした。子どもを抱えて、今までの仕事は無理だろう。何かできる仕事はあるだろうか。

- ・復職の時期について（母乳なので、育休を長く取りたいが、そうすると保育園に入れない）
- ・仕事との両立－職場の理解が得られるかどうか不安だった。
- ・共働きでないと生活が大変という世の中（にしている政治）でありながら、保育施設の不備などが目につく。会社も社内に保育施設を造るなど工夫してほしいと思った。
- ・日本は産まない自由があっても、産み育てる自由が保証されていない。仕事をしなくても社会参加ができる、地域とのコミュニティーがある社会になって欲しい。住宅や経済的な不安で子どもが欲しくても産めないというのはおかしい社会になっている。
- ・子どもと母親、そして働きながら子どもを育てることを助ける環境が他国に比べてとても低いことに憤りを感じます。
- ・社会に貢献していないように思われ（出産にて退職したため）、取り残された気持ちになった。一日のスケジュールが単調で、同じことの繰り返しでストレスがたまった。美容室に行くだけでも、子どもを預かってもらえず悩んだ。

【外出・行動範囲の限界】

- ・子ども連れで出かけられる場所は限られる。トイレにベビーベッドが置いてないと、おむつ変えに困るし、電車・レストランなど、子どもがもし泣いてぐずった場合、非難の目で見られる。
- ・妊婦さんや育児中のお母さんがくつろげる場所が社会の中に少ないと感じた。子どものプレイルーム付きレストランとか美容室があるといいなあ。
- ・ベビーカーで行けるところが少ない。スーパーでもスロープはないし銀行でも段の高い階段が多く、自動ドアが少ないので行動範囲が狭くなる。
- ・もう少し妊婦、赤ちゃんに思いやりのある社会に、施設作りを！
- ・子どもを産んだら自由がかなり束縛されるのも事実。それでもそれを解消できるだけの商品やサービスができてほしい。それにより女性の生き方の選択肢も増えるし、社会も潤うのではないかな。
- ・核家族化した中で社会がもう少しケアしてくれれば・・・と思える場面があった。

(2)出産後の社会に対する心の変化

これまでのように身体が動かない妊娠中の行動や、小さな子どもを連れた外出先での不便さなど、不自由にならない生活を体験したことにより、「身体障害者」や「お年寄り」といった弱者の立場をはじめ理解したという発見。子どもの将来を思うと、環境問題や社会的モラル、教育問題、行政といった広い範囲に自然と興味を持てるようになったという声。地域の人達や活動とつながりを持つようになったことにより、別の意味で「社会の一員」という意識が高まったというもの。こうした思いがけない視野の拡がりから子育てのすばらしさを強調する声も多かった。

【社会的弱者の立場】

- ・今まで何の不自由もない良い町だと思っていたが、妊娠してからは意外に不便なところが多いことに気づいた。弱者に優しいとはどういうことかを考えさせられた。
- ・歩道が歩きにくいことを考えれば、道を作ることにしても障害者の方のことなど考えて作ってあるのだろうかと不安に思った。
- ・普段は分からないが都市は弱い者やハンディキャップを持つ人に対してとても冷たいし不便だと思う。
- ・子ども、老人、障害者に優しい社会づくりをしてほしい。
- ・障害者やお年寄りが住みやすい町作りをしていけば、幼児や妊婦も住みやすい町になると思った。
- ・身体の不自由な人に優しい社会にもっと変えてほしいと思った。妊婦は期間限定の身体障害者のようなもので、期間が限定されていない人たちに優しくすれば妊婦にも優しい社会になれると思った。
- ・妊婦が不便と感ずることは、すべての弱者に共通の問題です。
- ・社会は、弱者は例外的な存在とみなしている、というのを強く感じた。
- ・この世のものは五体満足健康な人用に作られていると感じた。
- ・日本は弱い立場の人に立って、社会が動いていないというのを感じた。政治や行政に不満を大いに持った。
- ・生活弱者の立場というものがよく分かった。社会は健康なサラリーマン相手に作られていて、少数派のためのものはとても少ないです。

- ・妊婦という、どうしてもスローペースで行動しなくてはいけない立場になって、社会がいかにハイペースで動いているかということに気づきました。
- ・多少なりとも、身をもって「不自由な体」を体験してお年寄りや体の不自由な人にもっといろいろな手助けがしてあげたいと思うようになった。
- ・自分だけのことではなく、まわりの人に対する気遣いをするようになった。弱者と呼ばれる人々の気持ちが少し分かったような気がする。社会は弱者に冷たいと思った。
- ・自分そして回りの人を前よりずっと大切に思えるようになった。また子ども、老人、障害を持つ人たちが住みやすい、優しい社会になって欲しい。また自分もその手助けをしたいと思うようになった。
- ・妊娠をし、母となりはじめて人を本気で思いやる心とかが芽生えてきた気がする。
人間的に成長し、視野も広がった。社会から取り残される感じはやわらいだ。弱者や妊婦にも優しいモノや町作りをしてほしい（企業などへ要望として）

【子どもが育つ環境について】

- ・これからの子どもが育っていく環境のために、リサイクルや排水のことなどに関心を持つようになりました。
- ・今まで考えたこともなかった環境問題や税金、年金、学費などについて考えるようになった。
子どもにお金はずいぶんかかるので少産化も納得できた。産みたくても、貧しいと産めない。
- ・今まであまり興味を持てなかった教育のことや環境問題などを気にするようになった。
- ・子どもにとって住みよい町か、という目で見ようになり、公園の美化が気になる。
- ・子どものために地球の環境について、モラルについて、考えるようになった。
- ・社会は、子どもに危険を及ぼすもの・ことが多いと思うようになりました。遊ぶところの少なさ。受験（幼児からの）のすごさ。誘拐殺人事件など他人事ではられません。
- ・子どもを持つということに対して、一人の人間を育てあげる責任感や、犯罪などに強い関心を持つようになりました。
- ・母親になるというので、教育環境や育児環境に関心が持てた。公園や図書館など公共の場を利用する機会が多く、行政なども気にかかるようになった。
- ・食べ物の心配。添加物の氾濫。米や果物の自由化など。子どもを育てていくうえで、政府の甘さ、弱さに憤りを感じる。
- ・行政やボランティア、食の安全性、これまで無関心だったことがとても気になり、社会の変化や在り方に真剣に怒りなどを感じるようになった。

【社会や人とのつながりと拡がり】

- ・二人だけの生活とはまた違い、さまざまな手続きで役所に出向くことも多くなり、社会と一層結び付きが深くなったような気もしましたし、それまで気づかなかった社会の不便さも感じることもあった。また、自分の子どもたちが今後暮らしていく社会を良くしてやらねば・・・と思った。
- ・子どもができたことで、別の意味でまた社会に出ている実感がします。それと、妊娠する前よりも妊娠してから、実際、日本はまだ子どもに対する行政サービスが足りない。
- ・妊娠経験では変化はないが、その後子育てを通じて出産前は社会の一員というよりは、会社の一員に過ぎなかったが、社会の一員になることがどういうことかがわかったように思います。
- ・結婚で社会から取り残された気がしたけど、妊娠で違った面で社会に出られた気がした。子どものために平和であってほしいと思った。
- ・自分自身、社会の一人として、しっかりしなければと思いました。
- ・子どもと共に成長しなければいけないと、反省させれるので、外に目を向けることが多くなった。親のありがたさ、感謝の気持ちを感じる。心の幅が広がったように思う。

【助け合い社会の大切さ】

- ・妊娠してやっと大人になった感じ。人に対して優しくなれた気がするし、人と人とのつながりの大切さを身にしみて感じるようになった。
- ・生きていることが多くの回りの人によって支えられ守られているのだと強く感じた。
- ・子どもを持つと人とのつながりの大切さがわかる。ボランティアなどで、自分も世界の子どもたちを助けに行きたくなった。みんなが平和であってほしい。
- ・他人の苦しみ、悲しみをわかってあげられるようになった。自分の子どもだけでなく、他人の子どもも、この世の宝だと思っていますので、弱い子どもたちのため、何でもしてあげたい。日本の社会も子どもの過ごしやすい社会になってくれたら、と思います。
- ・妊娠中や産後は、自分だけではなにもできない。子どもや自分の病気、買い物など、人に頼らざるを得ない時もあるので、なんでも自分でとは思わず、上手に人に頼ることを覚えた。また、自分も妊婦さんや子どもの小さい人を含め、お年寄りや障害を持つ人に対して、自分のできることは何か、またそれを相手に負担にならない形で助けてあげる方法を考えるようになった。
- ・自分だけではなく、子どもに悪影響を及ぼさないように心がけること。人に迷惑をかけず、穏やかな心を持つとうという気持ちを持ち続けること。命を大切にすること。

- ・これから子どもを産もうとする人、自分たちを産み育ててくれた人へ、みんな素晴らしい人々だと思います。社会の人皆が差別をせず、平均にお互いを認めることが必要だと思う。
- ・うまく言えないけれど、人に対して優しく慣れたような気がします。福祉などにも興味がわいてます。妊娠て素敵なこと！

5. まとめと今後の課題

調査研究全体のまとめと今後の課題を以下にまとめた。

身体の変化が不便さをもたらす

不便さを生む原因は、主に妊娠中の身体の変化によるものが大きい。お腹がせりだす妊娠後期には、前かがみや身体のバランスをとりづらくなったり、足元が見えにくくなる。逆に前期は外見の変化が少なく、つわりなどで気分が悪くても、他人からは妊産婦と気づかれにくい。

家の中では浴室について44.0%の人が不便さを感じている。「高さのあるバスタブなので、大きなお腹でまたぐのが大変」、「浴槽を洗うのがスポンジだったので、底を洗うのが面倒だった」と入浴時と清掃時の不便さが多くあげられている。

また、生活用品については掃除機に不便さを感じている人が多く「ソファの下や机、ベッドの下など、（掃除機をかける時）前かがみ又は座り込む姿勢は大変だった」、「重いし、掃除機から出る臭気が嫌だった（気分が悪くなった）」、「コンセントはだいたい壁の下の方についているものなので、かがむのが苦しい」など多様な意見が聞かれた。

一方、不便さを解消するために宅配サービスや通信販売などのサービスを利用したり、かがまずに掃除のできる長い柄つきのスポンジを使うなど工夫をしている例もある。特に、妊娠後期の買い物に行くことも大変な妊産婦にとって、食品や日用品を自宅まで届けてくれる宅配サービスはとても便利で助かったという実感を持っていた。

家の外の不便さは危険を伴う

家の外では駅、電車内、公衆トイレ、バスを不便だと回答した割合が多い。駅では「階段しかないところでは、おなかで下が見えないため、踏みはずしてころんでしまいそうだった」、「多くの人々が乗り降りする中、急いでいる人に階段でぶつかられたら・・・と思うとドキドキした」、「自動改札の扉が怖い。突然閉まるようで、通る時、お腹に手をあててゆっくり通るようにしている」など危険な状態にあることがわかった。

職場では机と椅子について「おなかがつかえてデスクワークがやりにくかったし、電話も遠くなってなかなか取れず苦勞し」ているようだ。また、駅と同様に階段について危険を感じ、安全面に配慮がかけられていると指摘していた。

具体的に不便さを指摘した回答者以外に「不便さはない」と回答した人が多いことが気になった。不便さを生み出す原因が主に身体の変化であることから、不便さがないわけではなく、一時的なものであるとあきらめたり、我慢している面も強いのではないかと思われる。

不安を抱える妊産婦

妊娠中の問題は不便さだけではなく、精神的なものが占める割合も高い。

「子どもの世話に追われ、自分がなくなってしまうようで不安」、「社会に貢献していないように思われ（出産にて退職したため）、取り残されたような気持になった。一日のスケジュールが単調で、同じことの繰り返しでストレスがたまった」といった社会から取り残される不安、妊娠中の身体や病気のこと、さらに経済的なことなど多くの不安を抱えている。

その原因はまわりを取り巻く人達の理解不足、社会的な制度や施設の不備があげられる。そして、関連情報は溢れているものの、本当に必要な病院情報などについての的確な情報が少ないことも大きな原因であると思われる。

特に視覚障害をもつ妊産婦にとってこの情報不足という面が最も問題であると感じられた。あらためて考えると妊娠に関するビデオや母親学級などでも視覚を中心とした情報提供が行われているケースが多い。こうしたことにより障害をもつ妊婦にとって不安は非常に大きいようである。

妊産婦が持つ視点を社会に活かす

妊娠・出産、育児という経験を通して、多く人が自らの心の変化にとまどいや驚きを感じている。不安や喜び、身の回りから社会環境にいたるさまざまな発見。人のつながりの大切さの実感。この心の変化がより良い暮らしを生み出す原動力になっていくのかもしれない。

「障害者やお年よりがすみやすい町作りをしていけば、幼児や妊婦もすみやすい町になると感じた」、「子どもを持つと人のつながりの大切さがわかる。ボランティアなどで、自分も世界の子どもたちを助けに行きたくなった。みんなが平和であってほしい」、「妊娠、出産をして社会の中の弱い立場の人の気持がわかった。バスや電車の中でやさしくされるとうれしかった。これからは弱い人にやさしくしたいと思いました」など妊娠によって社会への感心が高まった人が非常に多かった。

妊産婦にとっての不便さを解消することは、高齢者や障害者など他の社会的弱者の不便さの解消にも役立つと思われる。その点で妊娠は貴重な体験であり、それを社会に活かすことは十分できると思われる。視覚障害を持つ妊婦が路上駐車している自動車をつえでうまく探れず直接おなかがぶつかってしまい、流産してしまったという話もインタビューの中から聞かれた。

この研究を通じて妊産婦の不便さや不安を解消していこうとすると、妊産婦に限らずいろんな人達に優しい社会、商品、サービスづくりのヒントが得られるという点を強く感じた。今後、他の社会的弱者が抱える不便さ、不安との間の共通項を明らかにし具体的な解決策を探しながら、社会に働きかけていきたいと思う。

FAXアンケート会員
 調査NO. 047
 (株)日本能率協会総合研究所
 「妊産婦の不便さに関する調査」
 ・送付先 0120-78-7620 (フリーダイヤル)
 ・締切日時 1995年 2月 8日(水) AM 10:00
 (締切日時を過ぎた回答は無効です。)

■本アンケートは7年以内に妊娠をご経験された方のみご回答下さい。
 回答は1家族1名のみです。それ以外の方や複数回答は無効です。
 ■妊産婦の方は身体的にも精神的にも強い立場におおくりがちなため、本アンケートは妊産婦に起こるさまざまな不便さを調べ、それを企業や官公庁に情報提供し改善のための資料にしよう、という目的として実施しました。ぜひご回答をお願いいたします。

■ご回答は別紙回答用紙にお願い致します。(回答用紙のみ返送して下さい。)

[最初にあなたご自身のことについてお聞きします。]

- F1. 妊娠をご経験されたのはいつのことですか。 年月 前年あるいは 年月前
- F2. 年齢は 歳
- F3. 妊娠中の頃のお住まいの状況は 1. 一戸建て 2. 集合住宅 階 3. その他 ()
- F4. 妊娠、出産をきっかけに転居されましたか 1. した (理由) 2. しなかった
- F5. 妊娠中の頃、同居していた家族構成は 1. 夫 2. 子供 (人) 3. 義母・実母
- F6. 妊娠中の身体の調子等は順調でしたか。おさしつかえない範囲でお聞かせ下さい。(例: つわりが重かった、体重の変化)

以下はすべて妊娠中の経験や気づいたことについてお聞きするものです。

[家の中で感じられた不便さ等についてお聞きします。]

- 問1. 妊娠中に、家の中で不便さを感じられた場所はありませんか。下記の選択肢の中から主要なものを3つまで選んで、当てはまる番号と不便さの内容をできるだけ具体的ににお聞かせ下さい。
1. 玄関 2. トイレ 3. 洗面所/脱衣室 4. 台所
 5. 浴室 6. 階段 7. 床 8. 物干し
 9. 収納 10. 食堂/居間 11. 寝室
 12. 特になかった
 13. その他 (具体的に)

問2. 妊娠中に、不便さを感じた電気製品、道具類はありませんか。下記の選択肢の中から主要なものを3つまで選んで、当てはまる番号と不便さの内容をできるだけ具体的ににお聞かせ下さい。

1. 掃除機 (全自動)
 2. 洗濯機 (全自動)
 3. ガスレンジ
 4. 電子レンジ
 5. 換気扇
 6. 台所用品 (紙、ワイヤル等)
 7. ポット/電気式ポット
 8. こたつ
 9. 加湿器/除湿器
 10. ドライヤー
 11. ベット、ベビーベット
 12. ベビーカー
 13. 温水洗浄便座 (ウォシュレット等)
 14. 掃除用具 (拭き、モップなど)
 15. AV機器 (VCR、VHSなど)
 16. コンタクトレンズ
 17. 特になかった
 18. その他 (具体的に)
19. 洗濯機 (2層式)
 20. 冷蔵庫
 21. 炊飯器
 22. 湯沸器
 23. 食器洗い乾燥機
 24. オートコン/扇風機
 25. エアコン
 26. ストーン乾燥機
 27. アイロン、アイロン台
 28. ベビーバス
 29. シャワーカー
 30. ゴミ箱
 31. 電話/ファックス
 32. コンセント
 33. 消火器

[次に、家の外で感じられた不便さについてお聞きします。]

- 問3. 妊娠中に、家の外で不便さや危険を感じられた場所はありませんか。下記の選択肢の中から主要なものを3つまで選んで、当てはまる番号と不便さや危険の内容をできるだけ具体的ににお聞かせ下さい。
1. 駅 2. 電車内
 3. バス 4. タクシー
 5. 乗用車 6. 飛行機
 7. 歩道 8. 横断歩道、歩道橋
 9. デパート 10. スーパー
 11. 映画館、劇場 12. レストラン
 13. エレベーター 14. エスカレーター
 15. 動く歩道 16. 銀行/郵便局
 17. 病院 18. 役所
 19. 図書館 20. 自動販売機
 21. 公園 22. 公衆トイレ
 23. 遊園地 24. 駐車場/駐輪場
 25. 特になかった
 26. その他 (具体的に)

〔妊娠中に必要な情報の集め方や内容についてお聞きします。〕

問4. 妊娠に関する情報は主にどこから収集しましたか。(いくつでも)

1. 妊娠・出産に関する専門雑誌
2. 育児書
3. 夫
4. 親/姉妹
5. 友人/知人
6. 医師/看護婦
7. 自治体/保健所の窓口
8. 母親学級
9. 助産婦
10. 自治体等発行の広報誌
11. 電話相談(病院等が実施)
12. 電話相談(専門雑誌が実施)
13. 特に情報収集はしなかった → 問6へ
14. その他()

問5. 主にどんな内容を得ましたか。(3つまで)

1. 妊娠中の病気にについて
2. 母体や子供の体のこと
3. 妊娠中の生活について
4. 出産後の準備
5. 病院情報
6. 薬に関する情報
7. マタニティ商品
8. その他()

問6. 妊娠に関して、困っていることや心配なことについての相談は主にどこにしましたか。(いくつでも)

1. 夫
2. 親/姉妹
3. 友人/知人
4. 医師/看護婦
5. 自治体/保健所の窓口
6. 母親学級
7. 助産婦
8. 電話相談(病院等が実施)
9. 電話相談(専門雑誌が実施)
10. 特に相談するようになかった → 問8へ
11. その他()

問7. 主にどんな内容を相談しましたか。(3つまで)

1. 妊娠中の病気にについて
2. 母体や子供の体のこと
3. 妊娠中の生活について
4. 出産後の準備
5. 病院情報
6. 薬に関する情報
7. マタニティ商品
8. その他()

問8. 妊娠中、欲しかったのに得られなかった情報がありましたか。具体的に教えてください。

〔妊娠中で便利だった製品やサービスについてお聞きします。〕

問9. 妊娠中、使ったり、利用したりして便利に感じられた商品やサービス(生活用品、運動用品などは広く考えて下さい)はありましたか。具体的に教えてください。

問10. 妊娠中、不便に感じられた商品などを工夫して使われましたか。工夫した商品と工夫のポイントを具体的に教えてください。

〔問11と問12については妊娠中、職場で働いていた方のみにお聞きします。〕

問11. 職場で妊娠中に不便さを感じた場所やオフィス用品はありますか。下記の選択肢の中から主要なものを3つまで選んで、当てはまる番号と不便さの内容をできるだけ具体的ににお聞かせ下さい。

1. コピー
2. パソコン/ワープロ
3. 机やイス
4. 電話
5. ファックス
6. キヤビネット
7. トイレ
8. 更衣室/ロッカー
9. 給湯室
10. エレベーター
11. 階段
12. 特になかった
13. その他(具体的に)

問12. 通勤中や通勤先で不便さを感じたことや危険を感じたことはありましたか。具体的ににご記入下さい。

〔最後に全員の方にお聞きします。〕

問13. 出産後、ライフスタイルが変化するのに伴って、不安などを感じられましたか。具体的ににご記入下さい。

問14. 妊娠というご経験を通して、社会に対するお気持ち等の変化はありましたか。

アンケートにご協力いただきましてありがとうございます。

ご回答は別紙回答用紙にお願い致します。

この報告書は、財団法人東京女性財団の助成により作成したものです。

妊産婦の日常生活・職場における不便さに関する調査研究

1995年10月発行

1996年10月第2刷発行

発行 E & Cプロジェクト
〒101 東京都千代田区猿楽町2-5-4
OGAビル 8階
電話 03-5280-0020
FAX 03-5280-2373
制作 E & Cプロジェクト